HAABERSTI KLUBIMAJA KROONIKA

KEVAD 2017

Selles numbris

Perepäev

Vabariigi sünnipäev

Astangu keskuse avatud uste päev

Priidu ja Kontstantini luuletused

Klubimaja akrediteerimispäev

Ja palju muud huvitavat

HAABERSTI KLUBIMAJA KROONIKA

SELLES NUMBRIS

PEREPÄEV

30 märtsil toimus klubimajas Perepäev. Olime külla kutsunud Töötukassa juhtumikorraldaja, et saada otseseid vastused küsimustele, mis on tekkinud seoses uue Töövõimereformiga ja töövõime hindamisega.
Teema kõnetab meie klubiliikmeid. Kokku osales perepäeval 35 inimest.
Toome ära küsimused, mis esitati juhtumikorraldajale.

- Kus asub Töötukassa?
- Kui ma käin kaitstud tööl, kas see loetakse päris tööks ja see läheb arvesse?
- Kas ma pean ennast enne töövõime hindamist Töötukassas arvele võtma?
- Kas me saame olla abikaasaga teineteise hooldajad?
- Kui on puudulik töövõime, kas siis peab olema Töötukassas arvel?
- Kui on puudulik töövõime, kas siis tuleb hindamist uuesti mingi aeg teha?
- Mida teha, kui pole rahul Töötukassa otsusega?
- Kas pension jääb väiksemaks?
- Kui on mitu eri haigust, kas siis võiks inimene saada puuduva töövõime?
- Kas teade tuleb koju?
- Kuidas vaiet esitada ja millal see vaadatakse läbi?
- Kuidas rahadega on sellel ajal?
- Kas võib jääda vahe sisse rahade laekumisel?
- Kui hindamine on tehtud, kas saab selle sisuga tutvuda?
- Mis saab puudetoetusest?
- Kust Töötukassa teab, milliste arstide juures käin?

- Kui pika aja peale teeb Töötukassa töövõime hindamise otsuse?
- Kui inimene saab töövõimetuspensioni, kas ta siis ei saa vanaduspensioni?
- Kas füüsiline võimekus on vaimne jõuetus?
- Kas vaide võib iseseisvalt esitada?
- Kui eestkostja ei ole nõus vaiet esitama, siis kas mina saan seda ise esitada?
- Kui tehakse otsus, et ma olen töövõimetu, kuidas siis edasi toimida?
- Kas küsimustik arhiveeritakse?
- Miks on töövõimetoetus suurus erinev?
- Varem saadi pensionitunnistus, mis nüüd saab?
- Kui inimene käib meil kaitstud tööl, kas ta siis enam ei saa käia SKA kaitstud tööl?

KUIDAS MA TÖÖTUKASSAS KORDUVEKSPERTIISI TEGEMAS KÄISIN?

Alustasin Töötukassase helistamisega, oli jaanuar. Töötukassa klienditeenindaja oli väga professionaalne. Küsis, millal mul on korduvekspertiisi tähtaeg. Saanud teada, et aprilli lõpus, palus helistada veebruari lõpus, et siis saan aja märtsi kuusse juhtumikorraldaja juurde.

Vahepealsel ajal käisin ära perearsti vastuvõtul. Sain saatekirja neuroloogi juurde. Registratuuris tabas mind aga ebameeldiv üllatus: numbrit vastuvõtule ei saa. Pakuti ainult tasulisi aegu. Loobusin. Tasuline vastuvõtt oleks tähendanud seda, et maksan visiidi eest (60 eurot), pluss kõik uuringud ja analüüsid.

Abi tuli minu psühhiaatri (dr Mari-Liis Laanetu) poolt. Ta oli nõus täitma kõik vajalikud dokumendid. Ütles isegi, et tema terviseseisundi kirjeldust

arvestatakse isegi rohkem.

Töötukassase juhtumikorraldaja juurde läksin 8. märstil. Esialgu oli pabin sees. Ikkagi uus asi. Mind võttis vastu pr Eda Laumets. Ta oli mulle varasemast tuttav. Ainult enne abiellumist oli tal teine perekonnanimi – Karu. Puude tuvastamiseks pidin täitma kahepoolse vormi. Pangakonto numbri kirjutamisel mind aidati. Algas töövõimehindamise

korduvekspertiis. Küsiti erinevad küsimusi. Kõik toimus vestluse vormis. Kokku olin kabinetis tund aega. Pidin kahele dokumendile veel allkirja andma.

30 tööpäeva jooksul (aprilli keskpaigas) tulevad otsused mulle tähitud postiga koju. Pensionitunnistusi enam ei ole, seda asendab plastkaart, mis saadetakse ka koju. Töötuna arvele mind ei võetud. Küsisin. Ei ole neil pakkuda töökohta, mis asuks mu kodu lähedal ja oleks osalise tööajaga.

Enne otsuste kättesaamist tuleb mul veelkord külastada perearsti. Helistasin talle. Töötukassa on talle juba dokumendid saatnud. Lähen visiidile 31.03.

Kirjutas ja trükkis: Jana

VABARIIGI SÜNNIPÄEV

Tulin Klubmajja Vabariigi sünnipäevapeole. Kohtusin Margiti, Külli, Harry, Sanna, Rene, Lembo, Hille ja Tanjaga.
Mulle väga meeldis, et pakuti kiluvõileibu, kohvi ja kooki. Vaatasime kõik üheskoos televiisorist paraadi.

TERE, LUGUPEETUD HÄRRASMEHED!

Tahaksin Teid tänada Naistepäeva peos osalemiese eest!
Oli väga huvitav kava. Eriti ahaks selle eest tänada Viktorit.
Te kõik olite väga tublid! Aitäh teile!!!

Marina ja teised KM naised.

ASTANGU KUTSEREHABILITATSIOONI KESKUSE AVATUD USTE PÄEV

Käisin Astangu keskuses avatud uste päeval. Mulle meeldis väga. Sain osaleda "tsrikuse" mängus mille ma võtisin. Sain suhelda Markoga , Triinuga, Lemboga, Kauriga , Janaga ja Anna-Mariaga. Terje tegi minust pilte. Külliga käisin kohvikus. Oli tore, sain süüa pirukaid ja juua tassi kohvi.

Kirjutas: Meelis

Toimetas: Jana, L

KLUBIMAJA AKREDITEERIMISPÄEVAST

13. aprillil toimus Klubimajas akrediteerimispäev, mis oli keskendunud Tööleorjenteeritud päeva standartitele. Seal toimusid ettekanded Klubiliikmetelt, nende tõlgitud materjalide kohta tegi igaüks Powerpointi esitluse.

Ettekanded olid:

1. Sten ja Külli Tööleorienteeritud päevast
2. Filosoofiast Praktikasse Klubimaja igapäeva töös (PowerPoint) - Joonatani tõlge
3. Tööle orienteeritud päeva rajamine (Toomas P. tõlge ja PowerPointi esitlus)
4. Külg-külje kõrval: Klubimaja suurepärane dünaamika (ühe Klubimaja töötaja lugu)
5. Klubimaja vabatahtlik loomus (Riho, Toomas P., Külli)
6. Klubimaja suhted vajavad tööd (Silja)
7. Klubimaja üksuste tugevdamine (Mari)
8. Tööleotienteeritud päeva osa akrediteerimise raportist (Iris)

Klubimaja Akrediteerimispäeval sai palju kasulikku arutatud ja sai ka arutatud Klubimajale uue sertifikaadi taotlemist ja millal sellega peaks tegelema.

Kokkuvõtte kirjutas Toomas P.

PRIIDU LUULETUSED

LÄKSID SEDA TEED,
MIS MINULE VEEL
TÄHTIS, SEST TIHTI
TALLATUD NÄHTI...

ARM, KUI SARM
ARM, KUI VALM
ARM, KUI RÕÕM
VÕTA VIIMNE SÕÕM...

ÕNN ON RÄNNUL SÜDAMES
ÕNN, KUI KAEVU SÜGAVUSTES
ÕNN, SEE OLGU SÄRAS PUHAS
OLGU ILMATUMA SUURES KUHJAS...

ÜKSIK LEHEKE NÄRBUNUD PUUL
SAHISTAB TEDA VAIKSELT TUUL
MILLEST KÜLL MÕTLEB LEHEKE HEA
SEDA VAID MÕISTAB PUUPEA...

ÕNN ON SINU PISIPEOS
ÕNN HEA JA IGAS TEOS
ÕNN ON LUBA
ET KOHE TULEB JUBA.

Драники

В клубном доме готовили драники. Наталья с Татьяной, под руководством Терезы.
Мы чистили картошку, лук, потом натирали через машину.
Отдельно пожарили шампиньоны с луком.
Отдельно взбили в чашке яйца, перец, чеснок, соль, все смешали и обжарили на сковородке.
Драники получились не обычные,а с грибами.

Также приготовили: соус жареные шампиньоны с луком и со сметаной.
Блюдо получилось вкусное,всем понравилось.

Писала: Наталья Скорупич.

MUUDATUSTEST KLUBIMAJAS

Meie Klubimaja sai 1-aastaks akrediteeritud. Oleme selle üle väga rõõmsad ja uhked. Saime palju õnnesoove.
Toimunud on mõned muudatused. Kõik ruumid on nüüd ühises kasutuses. Nüüd on kaks vestlusruumi. Saabus kauaoodatud kohviautomaat. Kõik ruumid ja arvutid on avatud

kõikidele klubiliikmetele kasutatamiseks..Alates mai kuust on klubimaja avatud kell 8.00-16.00. Korra kuus on klubimaja avatud ka laupäeval ja riigipüha on võimalik tähistada koos teiste klubiliikmetega. Toimuvad arenduspäevad.
Lõunasöögi hind tõusis. Praad/supp maksab nüüd 1€.
Uued klubiliikmed. Muudatused nädalakavas ja kuuplaanis. Filmigrupp lõppes, alustas sotsiaalmeediagrupp. Muutusid osad kellaajad ja nädalapäevad. Lõppes mäluring. Gruppides on hakanud käima rohkem uusi klubiliikmeid. Koosolekute struktuuris toimus muutus.Tekkisid üksuste koosolekud. Alustasime sponsori otsinguid, et saaksime minna koolitusele. Hommikuti võimalik juua tasuta kohvi ja lugeda/vaadata värskeid uudiseid. Uus koristaja töökoht tugikodus.

Autor Toomas, P
Kirja pani Marino.

Accreditation Report
Haabersti Klubimaja
Tallinn, Estonia
December 6-9, 2016
Clubhouse International
Faculty Team:
David Malatesta, Fontenehuset i Oslo, Norway
Tatiana Saphyannikova, Russia House, Moscow, Russia

Clubhouse International
Accreditation Report
Part A
REPORT SUMMARY

Palju õnne meile!

Haabersti Klubimaja sai akrediteerimis tunnistuse.

All on ära toodud mõned õnnesoovid mis meile saadeti.

Tere
Edastan Teile klubimaja akrediteerimistulemused. Saime akrediteeringu üheks aastaks!
Meie esimene akrediteering! See on väga suur au ja kvaliteedi märk, et saame nimetada end klubimajaks ja kuuluda klubimajade ühendusse.
Saime ettekirjutusi 11 standardi kohta (36st) ja päris paljut oleme juba praeguseks muutnud.
Jätkame seda teekonda! Tuleb põnev ja inspireeriv aasta! :)

Mari Lipp
Haabersti Klubimaja vanemtegevusjuhendaja

Tere klubimaja pere!

Palju, palju õnne teile!!!

Suur töö on vaja veel ära teha aga ma usun, et olete sellest kantud, sest muutused on arendavad, harivad ning piire avardavad. Pealegi on Klubimaja Eestis ainulaadne, see on ka meie trump ja võimalik edu võti.

Juhtkonnana toetame teid igati ja püüame leida ka rahastusvõimalusi, et oma „TRUMP“ võimalikult silmapaistvaks ja tugevaks kasvatada.

Parimat

Tiina

Õnnesoovid ka minu poolt! Asun seda toredat uudist peagi ka laiemale publikule jagama.

Tublid olete! :)

Monika

Tere

Palju õnne klubimaja, rõõmus uudis!

Tervitades Merle

Tere!
Milline suurepärane uudis nädala alustamiseks! Tõeliselt tublid olete olnud ja tõesti suur rõõm sellest?
Palju-palju õnne!

Tervitustega
Anu

ILUS KEVADPÄEV

Käisin mehega (abikaasaga) Laulasmaal kevadet vastu võtmas. „Tennise" kohvikus sõime lõunat ning jalutasime mere ääres. Ilm oli mõnusalt jahe. Isa andis meile oma vana auto, mis sõidab veel 3 aastat.
Türisalu pangal oli veeuputus, pori ja väga libe. Me ei saanud autot porist välja, oleksime selili kukkunud ning auto ära määrinud. Metsa all lilled veel ei õitsenud. Sel aastal on kevad nii hiline ja jahedam, kui eelmine aasta. Eelmisel aastal oli sel ajal metsaalune õitsevaid lilli täis. Kakumäel õitsesid sinililled, metsaalune sinetas.
Mehel ei ole restoranis ega välismaal käimiseks raha. Korter on ühetoaline ja palk Eesti keskmine. Isa auto on 10 aastat vana, hea, suur ja mugav. Sõidab nagu uus.

Kirjutas: Kristin
Redigeeris: Jana

Ilusad värvilised lilled on ümber
Ja pole tähtis kes sa oled.
On ainult armastus mis voolab
Ja püha tühjus, mis on täis võimalusi

Kui suudad teha
Kõik ilusamaks
Kui sind pole selles
Siis sa oled kadunud
Ja leidnud elu mõtte.

Sii, kui oled uppunud armastuses
Sa ei leia end, vaid näha on
Et kõik muutub ja muutub
Ja kui oled juba sügaval
Sa unustad end, see ongi Nirvana.

Autor Konstantin, S

ANDREASE POSITIIVSED MÕTTED, MIS AITAVAD ÕNNELIKULT ELADA.

„Ma olen otsustanud edaspidi olla ainult positiivne ja õnnelik iga pisiasja üle! Minevikus on läbi elatud mitmeid raskusi, kannatatud ning palju haiget saadud – seda enam on põhjust praegu elu veelgi rohkem nautida. Rõõmus tuju, kõik ilusad mõtted ja mõnusad emotsioonid on ka väga kasulikud minu tervisele!”

„Ma olen nüüd jõudnud sellisesse vanusesse, kus minu jaoks pole enam kõige olulisem olla tähtis, populaarne ning samuti ei pea ma enam meeldima tervele maailmale. Mulle piisab ka sellest, et minu elus on palju head, toredad inimesed, igapäevased ilusad hetked ja rõõmud.”

„Kõik ei lähe alati nii hästi, nagu me sooviksime ning vahel lähevad asjad isegi hullemini, kui me

oodata oskaksime. Kuid sellest hoolimata, ära kaota kunagi oma optimistlikku mõtlemist ning looda ainult parimat!”

„Jah, ma olen hästi positiivne. Unustan ruttu ära kõik enda jaoks ebameeldivad ja vastikud asjad ning naudin kõiki enda jaoks toredaid ja mõnusaid asju lõputult. Võtan kõigest heast ainult kõige positiivsemat!”

„Me ei tea kunagi ette, milliseid ootamatuid ja šokeerivaid hoope elus saada võime. Neid võib vahel saada isegi oma kõige tähtsamatelt inimestelt ning see on vastik tunne! Samuti ei tea me mitte kunagi, mis võib äkki soovimatult juhtuda mõne meie lähedase inimesega: (elus on kõik võimalik. Aga hirmus elada ju ei saa! Seega tuleb olla optimistlik ja loota, et kõik läheb edaspidi ainult nii, nagu me soovime – ehk hästi! Positiivne mõtlemine teeb meie elu kergemaks.”

„Eile, täna, homme jne... on mul ärevusevabad päevad! Küll on mõnus olla.
Mida vähem ärevust, seda õnnelikum elu.”

„Alati on parem näidata inimestele ennast sellisena, nagu Sa päriselt oled. Mitte hakata ennast kellegi teise pärast teistsuguseks, ehk n-ö „lahedamaks” tegema! Parem ole Sina ise, mitte võlts või moonutatud!”

„Kui Su elus on 50% head ja 50% halba, siis püüa muuta kõik negatiivne samuti positiivseks! Mida rohkem head, seda parem elu ju on.”

„Ma olen tubli, pean vastu ning saan hakkama! See ei loe midagi, et ma esimene kord ei saanud – nüüd olen targem ja tugevam!”

„Tahad surra, et Sulle haiget teinud inimesed tunneksid end halvasti ja süüdi? Ei, mitte mingil juhul! Sellega Sa näitad end nõrga või allaandjana. Selle asemel näita neile hoopis, kui õnnelik ja ilus Su elu on – see on veel parem kättemaks!”

„Kui mõtled enda jaoks ebameeldivatele asjadele – on Sul paha enesetunne ja kehv tuju. Kui mõtled enda jaoks toredatele asjadele – on Sul rõõmus tuju ja väga hea enesetunne! Mõtle ennast terveks ilusate mõtete ning mõnusate emotsioonide abil!”

„Kunagi ei saa olematuks muuta enda tehtud pahategusid või kellelegi öeldud halbu sõnu! Küll aga saab oma vigadest õppida ja neid enam tulevikus mitte korrata.”

Autor: Andreas

Поход в боулинг!

Мне очень понравился в пятницу поход в боулинг там было очень замечательно и прекрасно мы ходили вместе с Анастасией и Аней с паэ центра там были очень хорошие ребята! Мы ходили где тартусское шоссе остановка Лубья и до боулинга боулинг там надо было потом дальше пройти через серую панель и там как раз боулинг мы поднялисьна четвертых этаж и вошли в дверь там мы разделились на три команды одна женская команда а три мужские та был буфет можно было купить поесть или попить. Рядом где вешать куртки гордероб где вешать куртки я повесила свое пальто одела ботинки а потом надо было бросать шары бросали по очереди сначала наталья потом катя потом ирена потом хелен а потом уже и я мне говорили что я молодец хорошо сбивали шары все только где одна кегля было трудно сбить я почти не попала и в остальные попала Анастасия мне сказала что большая молодец и у меня хорошо получается и остальные тоже были молодцы и мужчины и женщины у ирэны было больше всего очков потом там высвечивался сплит это значит что набрал сколько то очков наталья тоже хорошо набрала кто то ел чипсы кто то пил сок я взяла себе зеленый чай там еще положили рядом мед и сахар чтобы в чай добавлять потом там все ходили туда сюда м говорили обо всем подряд все дружно кричали ура потом игра закончилась играть нужно было до 10 там высвечивались столбики сколько у тебя очков мы потом пошли кто куда мы с Анастасией тоже мне все очень понравилось мы немного прогулялись и я пошла домой я впоминала целый день как было замечательно все было хорошо мне понравился боулин.
В пятницу, 31 марта, я вместе со своими подругами Анастасией и Анной ходили

играть в боулинг. Это мероприятие было организовано Ласнамяэским центром. Этот центр посещают хорошие ребята и девчата.

Писала Кристина
Проверял Дмитрий

MARI AGURI TÖÖLT LAHKUMISE PIDU.

3. märtsil 2017 toimus Iru Noortemajas juhataja Mari Aguri pidu tema töölt lahkumise puhul. Kinkisin talle ilusa kollase potilille. Maril oli väga hea meel selle üle – selline kevadine lill. Meist tehti ka pilti. Mõlemad olime ilusad. Muljetasime ja tänasime Marit. Vaatasime vanu pilte ja see oli väga tore. Sõime torti kirjaga: Aitäh, armas Mari, kringlit ja kooki, kõrvale oli pakkuda teed ja kohvi. Maja noorte poolt oli Marile kingituseks kaunis mandala. Mari on tore ja soovin, et tal läheks ka edaspidi hästi. Need on minu muljed sellest peost, viibisin sellel vähe aega, aga sisukalt.

Autor: Anna – Maria

Как прошла Пасха.

Я очень долго ждала этого праздника, в этот праздник для меня много светлого и приятного. У нас в вазе стоят веточки вербы - очень красивые. Потом в субботу мы варили яйца и красили их яичными красками: синей, желтой, и наклеивали пасхальные наклеечки на них. Яйца получились очень красивые, разноцветные, потом мы положили в корзинку свечку, рафаэло конфетки и кулич, что купили в магазине, он был маленький, красивй и красиво смотрелся в корзине, потом положили яички, была аккуратная корзиночка. Потом мы пошли в церковь и мы поехали на машине, а потом зашли в церковь, там было очень много народу: дети и

взрослые, мне там очень понравилось. Мы помолились там и поставили корзинку на общий стол и потом батюшка брызгал на все корзинки и куличи святой водой и мне немного попала на мое пальто и на волосы, потом он произнес хорошие слова, чтобы все у нас было хорошо и светло и счастливо, там на поднос можно было класть яичко или конфету или деньги, мы положили одно евро, мы жили потом и поставили свечки за бабушку и дедушку и потом мы целовали икону божьей матери и было приятно на душе, к плащенице была очень большая очередь и мы туда не пошли, было там очень много народу, потом мы снова помолились и вышли из церквки, потом мы поехали в магазин и я купила коробку конфет маюспала с цыплятами и киндер сюрприз, потому что яичко, потом мы приехали домой и я на тарелку выложила яички, кулич и цыплят поставила рядом, получилась красивая тарелка, потом мы обедали и смотрели телевизор и отдыхали, потом мама замариновала баранину в маринаде и получился шашлык, вот так прошла наша суббота, а в воскресенье родители пошли в гости к знакомым, а я осталась дома.

Писала Кристина
Проверил Дмитрий

Aprillis toimus lauatennise turniir, kus esimene koht võttis Timo (Haabersti Klubimaja), teine oli Dmitri (Haabersti Klubimaja) ja kolmas oli Igor (Iru noortemaja). Väike kollaaž on manuses kaasas.

Autor Nikita

Kodu koristamise õiged võtted

Koristamise eesmärk on puhtuse saavutamine. Enamasti tuleb kodus põrandalt eemaldada nii kuiva lahtist mustust (tolm, liiv) ki ka kinnitunud mustust (jalajäljed).
Harjumuspäraselt on nendeks töödeks eraldi tarvikud – pühitakse harjaga ja pestakse lapi või mopiga. „Kõik need tööd teeb ära üks liigendiga põrandakuivataja. Sellega saab puhastada isegi põrandaliistude eenduvaid ääri,"kiidab Helge Alt.
Nii mõnigi kodukoristaja on avastanud, et pärast põrandakuivatajaga koristamist püsivad toad mitu päeva kauem tolmuta kui tavaliselt.

Koristamise kuldreeglid

- Nii kodus kui ametiruumides käib koristamine ühe ja sama reegli järgi: alati ülevalt alla. Enne lagi, kapipealsed, siis riiulid, seinad, lõpuks põrand. Koristamine käib alati puhtamalt mustema pinna suunas.
- Kõige tähtsam reegel – puhtust saab luua vaid puhaste tarvikutega! Oluline on aseptika ehk koguge oma koristustegevusega mustust kokku, mitte ärge ajage seda laiali.
- Kõik pinnad, mille teete märjaks, tuleb ka kuivatada. Vesi lahustab mustuse lahti, aga kui pinda ei kuivatata, siis aurustub vesi ära ja jätab mustuse pinnale. Kui kasutada korraga liiga palju puhastusainet, siis ka see kipub pinnale jääma ja hakkab hoopis mustust koguma.
- Tehke kõik selleks, et mustust tekiks võimalikult vähe – näiteks pange saunas lavale käterätikud, mille saunatamise järel pesumasinas puhtaks pesete.
- Eemaldage mustus kohe, kui see tekib, sest muidu kandub see laiali suuremale alale.
- Soetage mugavad ja efektiivsed tarvikud või laske need endale kinkida ja pange käepärast, et oleks mugav võtta.
- Kuldses eas on mugavam koristada jupikaupa. Näiteks teatud õhtul puhastage vannitoa pinnad. Sette vältimiseks pühkige kõik pinnad vannitoas kohe pärast seal tegutsemist kuivaks – kraanid näiteks kätekuivatuspaberiga, pärast duši all käimist kuivatage seinad ja põrand.

Allikas: Ajakiri 60+, mai 2017
Olulisema valis välja kogu artiklit lugedes Kaie
Trükkis Anna- Maria

Aknapesu talgud

13. mail toimusid Klubimaja aknapesu talgud. Appi olid tulnud Serve The City vabatahtlikud ja inimesed firmast Puhastusimport. Puhastusimpordi spetsialistid tegid meile väikese koolituse. Poole päevaga sai suur töö ära tehtud ja aknad ja põrandad särama löödud. Tööpaeva lõpus kosutas keha talgusupp.